



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 4 Белоглинского района»

Принята на заседании  
Педагогического совета МБДОУ д/с №4  
от 28.05. 2020г.  
Протокол № 4



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ д/с №4  
Н.В. Теркун  
Приказ № 42 от 28.05.2020г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«РИТМОПЛАСТИКА»**

**Уровень программы:** ознакомительный  
**Срок реализации программы:** 1 год: 72 часа  
**Возрастная категория:** от 5 до 7 лет  
**Вид программы:** модифицированная  
Программа реализуется на платной основе  
**ID –номер программы в Навигаторе:**

Автор-составитель:  
Калайтан Яна Эдуардовна  
Инструктор по физической культуре

село Белая Глина  
2020 год

## **Содержание программы**

### **Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы.**

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Содержание программы
- 1.4. Планируемые результаты

### **Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации
- 2.4. Оценочные материалы
- 2.5. Методические материалы
- 2.6. Список литературы

## **Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы.**

### **Введение**

Большое значение для сохранения физического и психологического здоровья детей имеет активизация их творческого потенциала, создание атмосферы поиска, радости, удовольствия, развитие детской индивидуальности, удовлетворение индивидуальных их потребностей и интересов.

Музыка, движение – это средства, которые благотворно действуют на здоровье ребёнка. Музыкально - ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственную перегрузку и утомления. Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение. Движение и танец, помогают ребёнку подружиться с другими детьми, даёт определённый психотерапевтический эффект.

### **1.1 Пояснительная записка**

Данная программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Далее – ФЗ № 273).
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (Далее – Концепция).
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Далее – Приказ № 1008)
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (Далее – Приказ № 2)
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

**Направленность программы** – физкультурно-оздоровительное.

**Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность программы.**  
**Актуальность программы** связана с использованием нетрадиционных разнообразных средств и методов физического, художественно-

эстетического и музыкального воспитания дошкольников, позволяющих наполнить образовательный процесс положительными эмоциями, увеличить двигательную активность детей, что является мощным фактором интеллектуального, физического и эмоционального развития ребенка.

**Новизна** программы заключается в том, что она нацелена не только на развитие музыкальных способностей, но и на развитие творческих способностей детей в танцевальных движениях.

**Педагогическая целесообразность.** Ритмопластика – это ритмические движения под музыку, и именно она является начальным этапом освоения искусства танца. Танец – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым. Занятия по ритмопластике развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

**Отличительные особенности программы.** Отличительной особенностью программы является активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса. Игра остается основным способом познания окружающего мира, но теперь ребенок желает показать себя миру. Здесь очень важно выстраивать занятия так, чтобы дети могли проявить себя, обязательно хвалить их и отмечать, что ребенок старается, выполняет упражнение или движение правильно. Основные разделы содержания программы: логоритмика, музыкальная разминка, ритмическая гимнастика, партерная гимнастика, танцевальные движения, сюжетнообразные танцы, музыкальные игры. Вариативность, возможность выбора и построения индивидуальной образовательной траектории. В подходе к каждой конкретной группе детей проявляется определенная гибкость, учитывается при этом состав группы, физические данные и возможности детей. Интегрированность, преемственность, взаимосвязь с другими типами образовательных программ. Программой предусмотрено построение образовательного процесса на основе интеграции образовательных областей (физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, музыка), как из важнейших принципов организации работы с дошкольниками. В ней интегрированы такие направления как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме. При составлении программы использовались следующие программы и технологии: 3 «Примерная общеобразовательная программа

дошкольного образования « От рождения до школы», Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Программа «Ритмическая мозаика», А.И. Буренина; «Танцевальная ритмика для детей» Т.И.Суворова; «Учите детей танцевать», Пуртова Т. В.

**Адресат программы.** Программа «Ритмопластика» ориентирована на детей дошкольного возраста от 5-х до 7-ми лет. Состав группы: 20 детей

**Уровень программы** – базовый.

### **Объем и срок освоения программы**

Данная программа рассчитана на 1 год обучения

Базовый уровень – количество часов на год – 72 часа

**Режим занятий, периодичность и продолжительность** Периодичность занятий – 2 часа в неделю: 2 раза в неделю по 1 часу. Занятия проводятся по 30 минут.

### **Форма обучения**

Форма обучения в объединении – очная.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Формы организации деятельности обучающихся – коллективная, групповая, парная, индивидуальная.

Методы обучения по способу организации занятия – логоритмика, музыкальная разминка, ритмическая гимнастика, партерная гимнастика, танцевальные движения, сюжетно-образные танцы.

Методы обучения по уровню деятельности детей – разговорно-игровой, наглядно-слуховой, словесный, практический.

Типы занятий – комплексные.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** обучение детей творческому исполнению танцевальных движений и передаче образов через движения, формирование социально значимых личностных качеств и развитие творческих способностей посредством ритмики и танца.

### **Задачи программы:**

1. Формировать танцевальные умения и навыки, навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев.
2. Учить детей воспринимать развитие музыкальных образов, выражать их в движениях, согласовывать свои движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности.
3. Развивать творческие способности, предлагая задания на импровизацию, творческие этюды.
4. Развивать умения эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движении.
5. Воспитывать выносливость, самостоятельность в исполнении.
6. Формировать правильную осанку, красивую походку.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план

№	Название разделов, тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	1	1	-	Анкетирование
2	Логоритмика	3	1	2	
3	Музыкальная разминка	5	1	4	
4	Ритмическая гимнастика	3	-	3	
5	Партерная гимнастика	3	-	3	
<b>6</b>	<b>Танцевальные движения.</b>	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	
6.1	Повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение	1	-	1	
6.2	Танцевальные движения с атрибутами	2	0,5	1,5	
6.3	Упражнения для кистей и рук. Эпольманы корпусом. Композиции в парах.	3	1	2	Открытое занятие
6.4	Танцевальные упражнения на ориентировку в пространстве( различные перестроения, фигуры-рисунки « змейка, зиг-заг, улитка, круг в круге, два круга, диагональ и т.д.»)	3	0,5	2,5	
6.5	Движения танца «Полька»	3	0,5	2,5	
6.6	Движения танца «Летка-енка»	3	0,5	2,5	
<b>7</b>	<b>Сюжетно-образные танцы</b>	<b>38</b>	<b>2</b>	<b>36</b>	
7.1	Беседы о танцах. Разучивание отдельных элементов танцев. («Котята»,«Кнопочки», «Лялечка», «Танец с ложками», «Мы матрёшки»,	9	2	7	

	«Башмачки»				
7.2	Соединение элементов в комбинации	10	-	10	
7.3	Соединение танцевальных комбинаций в композиции	11	-	11	
7.4	Отработка танцев	5	-	5	Просмотр
7.5	Исполнение танцев	3	-	3	Анализ исполнения.
8	Музыкальные игры	3	-	3	
9	Промежуточная аттестация. Итоговое занятие	1	-	1	Отчётный концерт.
	ИТОГО	72	8	64	

### 1. Введение.( 1 час)

Введение в образовательную программу.

Требование поведения дошкольников во время занятия.

Соблюдение правил по технике безопасности

### 2. Логоритмика (3 часа)

*Теория(1 час)*Беседа о популярных танцевальных коллективах.

*Практика.* Движения выполняются под стихи. Логоритмика используется в подготовительной части занятия, в партерной гимнастике, в разучивании танцевальных элементов, в образных танцах и в играх Музыкальная разминка.

*Теория(1 час).*

Беседа об укреплении осанки. Внимание.

*Практика.* Выполнение движений под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики», и т.д. Музыкальная разминка проводится под небольшие четверостишия. Ритмическая гимнастика(3 часа)

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

- Изображение различных животных в движении
- упражнения для всех групп мышц с предметами и без;
- движения; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными предметами.

### 3. Партерная гимнастика (3 часа)

- Партерная гимнастика – это комплекс специально подобранных физических упражнений, основной особенностью которые является то, что они выполняются на полу. То есть партерная



гимнастика включает в себя различные упражнения в положении сидя, лежа, на боку, что обеспечивает отсутствие компрессионной нагрузки на суставы. Упражнения могут быть как активные, так и пассивные, статические и динамические, комбинированные и т.п.

- упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)
- плавный переход из упражнения в упражнение: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка», «коробочка»

#### **4. Танцевальные движения.(15 часов)**

*Теория(3 часа)*Беседа. Гибкость и сила мышц. Образное мышление и воображение.

*Практика*

- повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение
- танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке, шляпками) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные
- работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками
- движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями
- танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее
- построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов;
- движения полки по кругу;
- «Летка-енка» в различных видах построения

#### **5. Сюжетно-образные танцы(38 часов)**

*Теория(2 часа)*

Ритм и танец. Танец с предметами. Беседы об особенностях образов в танце.

*Практика*

- Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение
- Изучение новых танцев.. Разучивание элементов танцев: «Котята» (Мяукание, прогибание туловища.повороты.); «Кнопочки» (кружение в парах, хлопки.притопы. круг); «Лялечка» (Мягкая игрушка, кружение возле игрушки, подскоки с игрушкой.); «Танец с ложками ( ложки, игра в парах, игра сидя на полу.) «Мы матрёшки» (игра с платочками). « Башмачки» (Башмачки, показ башмачков, притопы.)

#### **6. Музыкальные игры( 3 часа)**

- Ранее изученные игры по желанию.

- Игры «рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй».

7. **Промежуточная аттестация. Итоговое занятие.(1 час)** Участие в отчетном концерте в конце года.

#### **1.4. Планируемые результаты**

##### **Предметные**

- Основные виды движений (ходьба, бег, прыжковые движения, виды галопа- прямой, боковой, координации рук и ног, плясовые движения, элементы народных плясок, бального танца.
- Танцевальные упражнения, включающие ассиметрию из современных ритмических танцев.
- Назначение музыкального зала и правила поведения в нём. Будут уметь:
- Ориентироваться в зале.
- Выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.

##### **Метапредметные**

- Овладеют навыками ритмической ходьбы.
- Овладеют навыками представления различных образов (зверей, птиц, растений, фигуры и т. д. )

##### **Личностные**

- Мальчики научатся приглашать девочку на танец и затем провожать её на место.

## Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

### 2.1. Календарный учебный график

#### 3 Учебно-тематическое планирование

Неделя	Тема занятия	Программные задачи	Литература	Кол-во часов, продолжительность занятия	Место проведения
02.09.2020	Введение в образовательную программу.	Требование поведения дошкольников во время занятия. Соблюдение правил по технике безопасности	-	1 час (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
<b>Сентябрь</b>					
1 неделя	Занятия 1-2	Закреплять понятия: «колонна», «шеренга», «круг»; улучшать ориентировку в пространстве, развивать ритмичность движений, внимание, добиваться легкого танцевального бега, смены движений со сменой музыкальных частей, развивать креативные способности	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 58	2 часа (30 мин)	
2 неделя	Занятия 3-4	Отмечать в движении сильную долю такта, менять движения в соответствии с музыкой, самостоятельно начинать и заканчивать движения с музыкой, выполняя их согласованно, учить детей русским плясовым движениям («пятка-точка», «перекат с притопом», «полуприсядка»), развивать ловкость, выдержку.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 58-59	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
3 неделя	Занятия 5-6	Развивать навыки пружинящего движения, учить ходить с носка (танцевальный шаг, улучшать	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал

		ориентировку в пространстве, согласованно выполнять движения в парах, слышать и передавать в движениях ярко выраженные ритмические акценты). Воспитывать выдержку, ловкость, быстроту реакции.	детском саду» стр. 59		
4 неделя	Занятия 7-8	Учить детей двигаться в соответствии с разным характером музыки, различать малоконтрастные части музыки, двигаться, согласно тексту, свободно ориентироваться в пространстве, развивать внимание, ритмическую способность.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н.«Ритмика в детском саду» стр. 59-60	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
<b>Октябрь</b>					
1 неделя	Занятия 1-2	Развивать чувство ритма, зрительное внимание, улучшать качество танцевальных шагов: приставного шага, поскоков; развивать ориентировку в пространстве, закреплять умение отмечать в движении (хлопках и притопах) сильную долю. Воспитывать доброжелательные отношения друг с другом	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 60	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
2 неделя	Занятия 3-4	Самостоятельно начинать движения после музыкального вступления, свободно ориентироваться в пространстве, закреплять знакомые плясовые движения, работать над выразительностью движений, способность развитию творческих способностей и фантазии детей.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 60-61	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал

3 неделя	Занятия 5-6	Учить ходить в шеренгах, сохраняя равновесие, улучшать качество приставного и пружинного шага, поскока, упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отмечать это сменой движений, самостоятельно действовать в играх, осваивать движения современного танца.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 61	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
4 неделя	Занятия 7-8	Улучшать ориентировку в пространстве, согласованно действовать в играх, улучшать качество высокого и топающего шага, работать над образностью, развивать ритмическую способность, внимание	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 61-62	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
<b>Ноябрь</b>					
1 неделя	Занятия 1-2	Развивать ориентировку в пространстве, учить определять темп (умеренный, медленный, быстрый) и соответственно менять движения, развивать ритмичность движений, выполнять движения самостоятельно и по показу педагога, менять движения в соответствии с музыкальными фразами, совершенствовать плясовые движения. Развивать слуховое и зрительное внимание.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 62	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
2 неделя	Занятия 3-4	Совершенствовать легкий танцевальный бег, улучшать качество плясовых знакомых движений, пополнить запас плясовых движений, развивать чувство ритма и формы	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 62-63	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал

		музыкальных произведений.			
3 неделя	Занятия 5-6	Учить детей чувствовать ритм музыкального произведения, ощущать музыкальные фразы, улучшать качество танцевальных шагов, добиваться четких красивых движений, учить выразительно передавать игровые образы, развивать воображение	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 63	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
4 неделя	Занятия 7-8	Развивать плавность движений в хороводных движениях, учить чувствовать напряжение и расслабление мышц корпуса, развивать четкость движений голеностопного сустава, побуждать детей к поискам выразительных движений, соблюдать правила игры, учить кружиться пружинящим бегом, развивать ориентировку в пространстве.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 63-64	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
<b>Декабрь</b>					
1 неделя	Занятия 1-2	Развивать ритmicность движений, ловкость, быстроту реакции, улучшать качество плясовых движений, развивать внимание, умение самостоятельно выполнять знакомые пляски, определять сильную долю.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 64	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
2 неделя	Занятия 3-4	Самостоятельно двигаться «змейкой», улучшать качество и ритmicность движений, учить выразительно передавать игровые образы, развивать ловкость, выдержку в подвижных играх, слышать развитие	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 64-65	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал

		музыкальной фразы и соответственно менять движения.			
3 неделя	Занятия 5-6	Развивать навыки выразительного исполнения знакомых танцевальных движений, пополнить запас плясовых движений, учить детей чувствовать метрическую пульсацию, развивать ритмичность движений, улучшать качество танцевальных шагов, развивать ловкость движений, чувство ритма.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 65	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
4 неделя	Занятия 7-8	Начинать движения сразу после музыкального вступления, различать малоконтрастные музыкальные части, работать над выразительной передачей игрового образа, осваивать современные ритмы движений.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 65-66	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
<b>Январь</b>					
1 неделя	Занятия 1-2	Развитие слухового и зрительного внимания, координации движений, чувства ритма. Учить выразительно передавать игровые образы, развивать плавность хороводных движений, расширять запас плясовых движений.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 66	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
2 неделя	Занятия 3-4	Развивать чувство ритма, умение слышать музыкальные фразы, формировать навыки кружения парами в различных позициях рук. Формировать навыки выполнения приставного шага вправо-влево, коммуникативные навыки.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 66-67	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
3 неделя	Занятия 5-6	Развивать умения	Елисеева Е.И.,	2 часа	МБДОУ д/с №4,

		самостоятельно начинать движения после музыкального вступления, свободно ориентироваться в пространстве, совершенствовать исполнение плясовых и танцевальных движений. Развивать способности к импровизации движений. Работать над выразительностью движений.	Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 67	(30 мин)	физкультурный зал
4 неделя	Занятия 7-8	Развивать чувство ритма, умение слышать музыкальные фразы, воспитывать коммуникативные навыки, побуждать детей к поискам выразительных движений, учить соблюдать правила игры.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 67-68	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
<b>Февраль</b>					
1 неделя	Занятия 1-2	Развитие слухового и зрительного внимания, умения различать фразы и части музыки, развивать эмоции, формирование навыков кружения в различных позициях	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 68	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
2 неделя	Занятия 3-4	Начинать движения сразу после музыкального вступления, работать над выразительной передачей игрового образа, развивать ритмичность движения, улучшать качество танцевальных шагов, развивать ловкость движений.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 68	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
3 неделя	Занятия 5-6	Развитие слухового и зрительного внимания, умения различать фразы и части музыки, эмоций, ориентировки в пространстве, общительности. Формирование навыков	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 69	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал



		кружения поскоков в парах.			
4 неделя	Занятия 7-8	Развивать ориентировку в пространстве, согласованно действовать в играх, работать над образностью, развивать ритмичность, упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке и отмечать это сменой движений.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 69	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
<b>Март</b>					
1 неделя	Занятия 1-2	Развивать навыки выразительного исполнения знакомых движений, пополнить запас плясовых движений, развивать ритмичность движений, учить выразительно передавать игровые образы, развивать ловкость, выдержку в подвижных играх, развивать ориентировку	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 69-70	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
2 неделя	Занятия 3-4	Развитие слухового и зрительного внимания, умения различать фразы и части музыки, развитие эмоций, формирование навыков кружения в различных позициях.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 70	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
3 неделя	Занятия 5-6	Развивать ориентировку в пространстве, развивать ритмичность движений, выполнять самостоятельно и по показу педагога, менять движения в соответствии с музыкой, фразами, совершенствовать плясовые движения. Развивать воображение, поощрять творческие проявления детей в	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 70-71	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал

		игре.			
4 неделя	Занятия 7-8	Развитие слухового и зрительного внимания, умения различать фразы и части музыки, развитие эмоций, формирование навыков кружения в различных позициях, работать над разнообразием и выразительностью движений, ориентировка в пространстве.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 71	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
<b>Апрель</b>					
1 неделя	Занятия 1-2	Развитие слухового и зрительного внимания, ориентировки в пространстве, закрепление навыков кружения в различных позициях рук. Работать над выразительность исполнения танцевальных движений	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 71-72	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
2 неделя	Занятия 3-4	Развитие слухового и зрительного внимания, умения различать фразы и части музыки, развитие эмоций, формирование навыков кружения в различных позициях, воспитание коммуникативных навыков.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 72	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
3 неделя	Занятия 5-6	Развивать чувство ритма, умение слышать музыкальные фразы, формировать навыки исполнения приставного шага вправо-влево, воспитание коммуникативных навыков.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 72-73	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
4 неделя	Занятия 7-8	Развивать чувство ритма, умение слышать музыкальные фразы, развитие слухового и зрительного внимания, координации движений, формировать навыки кружения	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 73	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал

		поскоком в парах			
<b>Май</b>					
1 неделя	Занятия 1-2	Развитие слухового и зрительного внимания, координации движений, чувства ритма, ориентировки в пространстве, совершенствовать легкий танцевальный бег, улучшать качество плясовых знакомых движений	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 73-74	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
2 неделя	Занятия 3-4	Развивать чувство ритма, умение слышать музыкальные фразы, воспитание коммуникативных навыков. Улучшать качество хороводных движений, развивать ловкость, быстроту реакции. Расширять запас танцевальных движений.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 74	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
3 неделя	Занятия 5-6	Развитие слухового и зрительного внимания, координации движений, чувства ритма, ориентировки в пространстве, умение различать фразы и части музыки, развитие эмоций.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 74-75	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
4 неделя	Занятия 7-8	Расширять запас плясовых движений, развивать ритмичность, улучшать качество танцевальных шагов: приставного шага, поскоков, улучшать ориентировку в пространстве, работать над образностью.	Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду» стр. 75	2 часа (30 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал
31.05.2021	Итоговое занятие	Отчетный концерт	-	1 час (45 мин)	МБДОУ д/с №4, физкультурный зал

## 2.2. Условия реализации программы

Занятия проводятся в музыкальном зале.

### Материально-техническое обеспечение

На занятиях по ритмопластике используются различные предметы: платочки, бубны, ленточки на кольцах, ленточки на палочках, обручи, плоские кольца, флажки, султанчики, погремушки, цветы, воздушные шарiki, мячи, колокольчики, шляпки. Для отчетных концертов используются также костюмы и дополнительные атрибуты, для яркости представления приобретенных навыков по программе «Ритмопластика».

### Технические средства

Музыкальный центр, аудио материал, ноутбук, планшет.

## 2.3. Формы аттестации

### Мониторинг танцевально-ритмической деятельности.

Для эффективного развития ребенка в танцевально- ритмической деятельности необходимо отслеживать влияние занятий на ребенка. Результаты исследования позволяют педагогу грамотно развивать ребенка в соответствии с его индивидуальными возможностями, видеть результат своей деятельности и вносить коррективы в перспективное планирование.

Это исследование проводится в три этапа:

- в начале учебного года с использованием таких методов как беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые упражнения;
- в конце первого полугодия в виде открытого занятия;
- в конце учебного года проводится отчетный концерт.

### Таблица мониторинга танцевально-ритмической деятельности

Фамилия Имя ребенка	Степень заинтересованности ребенка в танцевально- ритмической деятельности		Уровень ритмического слуха		Уровень артистичности и творчества в танце		Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями		Уровень развития танцевально- ритмических навыков		Уровень качества танцевально- ритмических движений, координации движений	
	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.

Н.г. – начало года

К.г. – конец года

## 2.4. Оценочные материалы

### Мониторинг танцевально-ритмической деятельности

Исследование развития детей в танцевально-ритмической деятельности проводится в начале и в конце каждого учебного года.

Беседа с детьми проводится с целью выявить степень заинтересованности детей танцевально-ритмической деятельностью.

Вопросы:

1. Любишь ли ты слушать музыку?
2. Есть ли у тебя дома магнитофонные записи с детскими песнями, музыкальными сказками?
3. Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)
4. Какая самая любимая твоя песня? Танец?
5. Поете ли вы вместе с мамой, папой?
6. Танцуете ли вы с мамой, папой?
7. Когда ты был последний раз в театре, на представлении? Что смотрел?
8. Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

Анкетирование родителей проводится с целью уточнить заинтересованность ребенка к танцевально-ритмической деятельности и выявить отношение семьи к этому роду деятельности.

Вопросы:

1. Любит ли ребенок слушать музыку? Какую музыку предпочитает?
2. Какое самое любимое музыкальное произведение вашего ребенка? А ваше?
3. Любит ли он под эту музыку двигаться, танцевать?
4. Понимает ли он содержание песен?
5. Передает ли в движении характер музыки, ритм?
6. Насколько эмоционально реагирует ваш ребенок на музыку?
7. В чем это выражается?
8. Стремится ли ребенок поделиться своими впечатлениями и переживаниями с вами? Как вы на это реагируете?
9. Каково ваше участие в музыкальном развитии ребенка: есть ли дома фонотека детской музыки?
10. Смотрите ли по телевизору музыкальные программы вместе с ребенком? Обсуждаете ли их?

Ответы заносятся в таблицу, опираясь на ответы детей и родителей в виде баллов, оценивающих степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности:

«1» - Низкий уровень. Поверхностный интерес к музыке, танцу, ритмике. Не предпринимает попытки выразить музыкальные образы в движении. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности неглубокие, несодержательные, необъективные и немотивированные. Не использует движения под музыку в свободной деятельности.

«2» - Средний уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания. Предпринимает попытки выразить в движении музыкальные образы. Суждения и

оценки по поводу музыкально- ритмической деятельности не всегда обоснованы. Самостоятельное, фрагментарное внесение танцевальных движений в свою деятельность.

«3» - Высокий уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности глубокий и стойкий. Ритмика, танец, музыкальные двигательные игры — предпочитаемые виды деятельности. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности мотивированы, объективны, содержательны. Самостоятельная музыкально-ритмическая деятельность систематическая и устойчивая.

Диагностика специальных двигательных умений ребенка в контексте музыкально-ритмической деятельности осуществляется в соответствии с уровнями.

Диагностические игровые и ритмические упражнения

### **Выявление качества музыкально-ритмических движений:**

#### **1. Выполнение элементов танца:**

Старшая группа Б- выполнить движения небольшой группой (поскоки, шаг с притопом, кружение парами).

Старшая группа А– выполнить небольшой группой движения танца (выразительно, ритмично) – шаг польки, кружение на месте на поскоках.

#### **2. Создание музыкально-игрового образа:**

Старшая группа Б – передать в движении образ кошки (“вся мохнатенька”).

Старшая группа – исполнить музыкально-игровой образ в развитии. Игра “Кот и мыши” (действовать выразительно и согласованно с музыкой).

Выявление уровня ритмического слуха:

Старшая группа Б– прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести хлопками (четырёхтактное построение).

Старшая группа А– послушать мелодию (четырёхтактное построение) и отхлопать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей.

Игровые диагностические задания для выявления особенностей воспроизведения детьми старшей и подготовительной группы музыкальных образов в движении

#### **Вариант 1. Несюжетные этюды**

Детям предлагается послушать музыку, определить, сколько частей в произведении, их характер. Затем, после повторного прослушивания каждой части, дети определяют, какие движения можно исполнить под эту музыку, и самостоятельно выполняют их.

Пример: «Тема с вариациями», музыка Т. Ломовой (задание на различение характера музыки и формы музыкального произведения). Двигательная основа этюда: плавный шаг, подскоки, бег, ходьба.

#### **Вариант 2. Сюжетные этюды**

Вначале следует образный рассказ, раскрывающий сюжет этюда. Затем исполняется музыка. Дети сами должны найти соответствующие движения, помогающие эмоционально передать игровой образ сюжета. Такие этюды могут быть выполнены небольшой группой детей или индивидуально.

Пример: «Подружки», музыка Т. Ломовой. Сюжет: пошли подружки в поле погулять, а там цветов красивых видимо-невидимо. Как зеленый ковер, трава

расстилается, под теплым ветерком цветы головками кивают. Стали девочки цветы собирать — красный мак, белую ромашку, синие васильки, лиловые колокольчики, розовую кашку. Нарвали большие букеты и начали плести венки. Надели венки на голову — собой любуются. Притопнули каблучком и заплясали. Довольные прогулкой, пошли девочки обратно домой. Музыка представляет собой 3-х частную форму, предполагающую действия: 1 часть — прогулка, сбор цветов, плетение венков, 2 часть — веселый перепляс и 3 часть — ходьба.

В процессе анализа результатов особое внимание обращается на следующие моменты:

- интерес ребенка к заданию;
- готовность свободно включиться в танцевальную импровизацию;
- понимание и переживание музыкального образа в исполняемом этюде, адекватность его передачи в движении;
- владение танцевальными умениями;
- нестереотипность танцевальной импровизации.

### **Уровни развития танцевально-ритмических навыков.**

«1» - Низкий уровень. Не умеют технически точно, легко и выразительно выполнить гимнастические и имитационные движения.

«2» - Средний уровень. Движения выполняются довольно точно и выразительно, но нет творческой активности в создании музыкально-двигательных образов.

«3» - Высокий уровень. Прочно владеют всеми техническими навыками и приемами. Проявляют творческое отношение к исполнению танцев, хороводов, игр и упражнений.

Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями

«1» - Низкий уровень – смену движений производит с запаздыванием, движения не

«2» - Средний уровень – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

### **Уровень ритмического слуха**

«1» - Низкий уровень – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

«2» - Средний уровень – допускает 2-3 ошибки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

### **Уровень качества танцевально-ритмических движений, координации.**

«1» - Низкий уровень – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

«2» - Средний уровень – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

## Уровень артистичности и творчества в танце

«1» - Низкий уровень – не справляется с заданием.

«2» - Средний уровень – использует стандартные ритмические рисунки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки; Уровень артистичности и творчества в танце

«1» - Низкий уровень – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

«2» - Средний уровень - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

«3» - Высокий уровень – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

### 2.5. Методические материалы

Для достижения поставленной цели и реализации задач используются следующие методы обучения.

- игровой метод проведения занятий (облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятия, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка).

- наглядный наглядно-слуховой приём. наглядно-зрительный приём.

Исполнение танцевальных движений должно сопровождаться показом. Показ движения нужно заранее хорошо продумать- сравнительно легко продемонстрировать действия отдельных персонажей-образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные композиционные построения.

- словесный - беседа о характере музыки, средствах её выразительности, объяснение. Рассказ. Напоминание и т.д. Этот метод широко применяется в процессе обучения ритмопластике как самостоятельный, так и в сочетании с наглядными и практическими методами.

- практический

При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях, а затем уже включать их в игры, танцы.

- соревновательный метод (с установкой на лучшее исполнение)

- запоминания танцевальных движений с помощью представления

- метод разучивания в целом (игровой и соревновательный)

- метод поэтапного обучения

- расчленённый метод (изучить сначала движения только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнений)

- целостный метод обучения (приёмы - слуховой, наглядно – зрительный, тактильный и т.д.)



## 2.6. Список литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст.]/ Буренина А.И.-Изд.3-е, перераб. и доп. – СПб.: РЖ «Музыкальная палитра», 2012.-192с.
2. Зарецкая Н.В. Танцы в детском саду[ Текст]/ Зарецкая Н. В- 2-е изд.-М.: Айрис- пресс, 2004.-112с.
3. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей [ Текст ]/ Суворова Т. И. Учеб.пособие. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004- 72с,
4. Фёдорова Г. П. танцы для мальчиков: методическое пособие[ Текст]/ Фёдорова Г.П.–СПб.: РЖ Музыкальная палитра, 2011.- 48с.
5. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей.[ Текст]/Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. -Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений– СПб.: «Детство - пресс», 2000 – 352с.
6. Елисеева Е.И, Родионова Ю.Н., «Ритмика в детском саду», издательство «Перспектива», 2012 – 104с.



